

Приём пищи с 1 до 3 лет	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Стоимость 1 дня
			Б	Ж	У		
2 неделя день 1							
Завтрак:	Каша пшенная молочная жидкая	150	5,0700	7,8200	19,4000	168,7100	
	Бутерброд с маслом	20/4	1,5400	3,4600	9,7500	78,0000	
	Кисель	150	0,0000	0,0000	21,2000	84,6000	
	Сок фруктовый	150	0,7500	0,1500	14,8500	64,5000	
Обед:	Салат витаминный с растительным маслом/салат сельдь с луком	45/45	0,513/6,15	3,217/6,010	3,54/0,9	45,405/78,685	
	Суп картофельный с бобовыми(фасоль) на м/к бульоне	180	4,3700	5,7400	10,7100	120,8500	
	Пюре картофельное	130	2,9416	4,0755	7,3671	111,7415	
	Биточки	60	8,1698	7,6812	3,1527	114,5540	
	Компот из свежемороженных фруктов(вишня, смородина)	150	0,0000	0,0000	7,9840	30,3200	
	Хлеб пшеничный	30	1,8400	0,6420	12,5600	64,3300	
	Хлеб ржаной	30	2,4000	0,4000	17,7300	75,6000	
Полдник:	Омлет натуральный	130	10,2011	11,7745	4,1717	162,4040	
	Хлеб пшеничный	20	1,2250	0,4280	7,3100	58,3720	
	Чай сладкий с молоком/кефир	150/150	2,34/4,35	2,43/4,8	13,28/6,0	81,96/88,5	
Итого за первый день			38,5075	42,1712	136,1855	1 133,9815	
						<i>145-64</i>	
Приём пищи с 3 до 7 лет	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Стоимость 1 дня
2 неделя день 1			Б	Ж	У		
Завтрак:	Каша пшенная молочная жидкая	200	6,7600	10,4200	25,8600	224,9400	
	Бутерброд с маслом	30/5	2,3000	4,3600	14,6200	108,0000	
	Кисель	200	0,0100	0,1000	27,9000	113,0000	
	Сок фруктовый	100	0,5000	0,1000	9,9000	43,0000	
Обед:	Салат витаминный с растительным маслом/салат сельдь с луком	60/60	0,684/6,22	4,29/6,020	4,716/1,2	6,54/84,763	
	Суп картофельный с бобовыми(фасоль) на мясо- костном бульоне	200	4,8600	6,3800	11,9000	134,2800	
	Пюре картофельное	150	3,3945	4,7025	8,5005	128,9925	
	Биточки	80	12,6660	11,9088	4,8880	177,6032	
	Компот из свежемороженных фруктов(вишня, смородина)	200	0,0000	0,0000	11,9640	45,3500	
	Хлеб пшеничный	40	2,4500	0,8560	14,6200	116,7440	
	Хлеб ржаной	40	2,4000	0,4000	17,7300	75,6000	
Полдник:	Омлет натуральный	150	11,7705	13,5860	4,8135	187,3903	
	Хлеб пшеничный	25	1,5310	0,5550	9,1370	72,9650	
	Чай сладкий с молоком/кефир	200/180	3,12/5,22	3,24/5,76	17,7/7,2	109,28/106,2	<i>148-62</i>
Итого за первый день			48,6420	53,3683	161,8330	1 427,8650	



Директор ГБОУ СОШ с. Шигоны *Малых А.М.*
 Старшая м/с Чулочникова Е.Н.